

2025年11月スケジュール表

2025/10/22現在

門真市老人福祉 3 施設は 門真市在住、60歳以上の方が利用いただけます

◆高齢者施設であるため、手指消毒と可能な限りのマスク着用をお願いします。

◆のどの痛み・咳・発熱などの症状のある場合は施設のご利用をお控えください。

老人福祉センター ★印…利用時間については各サークルにお問い合わせ下さい。 門真市御堂町12-5 ☎06-6903-7771			
第1週	1 土	あじさい会（カラオケ） コスモス健康体操（体操）	健康麻雀「憩い」（麻雀） ダ・カーポ（コーラス） さくら（ハーモニカ）
	2 日	休 館 日	
	3 月	休 館 日	
第2週	4 火	肩こり対策・腰痛対策（10～11） （準備） おしゃべり会（女性部）	つくしんぼ（ペン習字） 【玄関】ロビー体操(12～12:15) （折り鶴で介護予防）
	5 水	9:30～百歳体操 ★えにし（カラオケ）	太極拳 はなみずき（太極拳） くすのき（書道） タブレット教室（予備室） 琴寿会（大正琴）
	6 木	9:30～百歳体操 ★えにし（カラオケ）	タブレット教室（予備室） タブレット教室 4回目(午後1:30～)
	7 金	なかよしOB会（カラオケ）	ひまわり（キラキラ体操） 会議（市老連） よろずカフェ（第3地域包括） 若手委員会（市老連） 吟友会（詩吟）
第3週	8 土	あじさい会（カラオケ） カラオケコスモス	ナイスミディ門真（フラダンス）
	9 日	休 館 日	
	10 月	緑寿会（カラオケ）	健康麻雀「憩い」（麻雀） ぬり絵教室① 折り紙あそび（折り紙）
	11 火	門真うたごえ広場（うたごえ練習） うぐいす（カラオケ）	脳トレ教室 【玄関】ロビー体操(12～12:15) 会議（カラオケS運営委員会）
第4週	12 水	カラオケ同好会（カラオケ）	花みずき（手編み） さつき会（物づくり） お話レインボーズ（読み聞かせ）
	13 木	9:30～百歳体操 10:30～はつらつ体操 カラ友会（カラオケ）	写経・写仏教室② 写経・写仏教室①
	14 金	輪投げ大会（市老連）	輪投げ大会 控室（市老連） ビリヤード月例会
	15 土	感 謝 の つ ど い	
第5週	16 日	休 館 日	
	17 月	ホトトギス会（カラオケ）	くすの木会（書道） 門真市ディスコン協会 会議（市老連） キルトタイム（パッチワーク）
	18 火	ブルースター会（カラオケ）	つくしんぼ（ペン習字） 【玄関】ロビー体操(12～12:15) （折り鶴で介護予防）
第6週	19 水	あじさい会（カラオケ） コスモス健康体操（体操）	キュービー（パッチワーク） 太極拳 はなみずき（太極拳） さつき会（物づくり）
	20 木	9:30～百歳体操 ★えにし（カラオケ）	くすのき（書道） 【玄関】パン販売（11:15～） 琴寿会（大正琴）
	21 金	なかよしOB会（カラオケ）	ひまわり（キラキラ体操） 第3地域包括支援センター ぬり絵教室② 理事会（市老連） 吟友会（詩吟）
	22 土	ホトトギス会（カラオケ）	ナイスミディ門真（フラダンス）
第7週	23 日	休 館 日	
	24 月	休 館 日	
	25 火	うぐいす（カラオケ）	パピヨン（手芸） 脳トレ教室 【玄関】ロビー体操(12～12:15) （折り鶴で介護予防）
第8週	26 水	映画会 “ジャンケン娘”(10～) 美空ひばり カラオケ同好会（カラオケ）	花みずき（手編み）
	27 木	9:30～百歳体操 10:30～はつらつ体操 カラ友会（カラオケ）	ふるさとの話をしよう会 若葉会（銭太鼓） ネイル・肩体験(9:30～12:30)
	28 金	（準備） 会長会議（市老連）	銭太鼓 歩（銭太鼓） 門真市ディスコン協会 ビリヤード月例会
	29 土	カラオケ大会（カラオケS運営委員会）	カラオケ大会控室 （カラオケS運営委員会）
種	30 日	休 館 日	

ふれあいセンター 門真市岸和田3-44-11 ☎072-886-0015			
第1週	1 土	映画会“ジャンケン娘”（10～）美空ひばり H31 ポッチャ（ボール競技）	
	2 日	休 館 日	
	3 月	休 館 日	
第2週	4 火	ひまわり（書道） アマリリス（卓球）	消防避難訓練 百歳体操
	5 水	ストレッチ体操2025 ドリームカラオケ	百歳体操 女性麻雀教室
	6 木	写経・写仏教室① 蓮の華（太極拳）	碁友会201（囲碁） 碁友会201（囲碁） 百歳体操
第3週	7 金	プラス60（体操） 花みずき（童謡・唱歌）	百歳体操 女性麻雀教室
	8 土	H31 ポッチャ（ボール競技） PC-EAST会（パソコン）	ふれあい窯（陶芸） ふれあい窯（陶芸） 百歳体操
	9 日	休 館 日	
第4週	10 月	脳トレ教室 南交社交ダンス・カラオケ	碁友会201（囲碁） 碁友会201（囲碁） 百歳体操 女性麻雀教室
	11 火	アートアップル（手芸） アマリリス（卓球）	百歳体操
	12 水	ストレッチ体操2025 カラオケ喜楽会	百歳体操 女性麻雀教室
第5週	13 木	歌声喫茶 あすなろ（カラオケ）	碁友会201（囲碁） 碁友会201（囲碁） 百歳体操
	14 金	プラス60（体操） ドリームカラオケ	百歳体操 女性麻雀教室
	15 土	和楽の会 H31 ポッチャ（ボール競技）	百歳体操
第6週	16 日	休 館 日	
	17 月	ぬり絵教室① 南交社交ダンス・カラオケ	碁友会201（囲碁） 碁友会201（囲碁） 百歳体操 女性麻雀教室
	18 火	ひまわり（書道） あすなろ（カラオケ）	脳トレ教室 百歳体操
第7週	19 水	ストレッチ体操2025 ドリームカラオケ	百歳体操 女性麻雀教室
	20 木	蓮の花（太極拳） アートアップル（輪投げ）	碁友会201（囲碁） 碁友会201（囲碁） 百歳体操
	21 金	プラス60（体操） 花みずき（童謡・唱歌）	 百歳体操・パン販売（11～） 女性麻雀教室
第8週	22 土	ぬり絵教室② PC-EAST会（パソコン）	ふれあい窯（陶芸） ふれあい窯（陶芸） 百歳体操
	23 日	休 館 日	
	24 月	休 館 日	
第9週	25 火	写経・写仏教室② アマリリス（卓球）	百歳体操
	26 水	ストレッチ2025 カラオケ喜楽会	百歳体操 女性麻雀教室
	27 木	卓球ORカラオケ 開放日 あすなろ（カラオケ）	碁友会201（囲碁） 碁友会201（囲碁） 百歳体操
第10週	28 金	ぶらす60 ドリームカラオケ	百歳体操 女性麻雀教室
	29 土	卓球ORカラオケ 開放日 H31 ポッチャ（ボール競技）	百歳体操
	30 日	休 館 日	

☎老人福祉センターまで

		交流サロン	
		門真市沖町28-2	
	1	土	すずめクラブ（麻雀）
	2	日	休 館 日
	3	月	休 館 日
第1週	4	火	虹の会（民舞） 睦月（民謡）
	5	水	和紙ちぎり絵（和紙ちぎり絵）
	6	木	花水木A（体操） 門真市ディスコン協会
	7	金	ふるさと会（民謡） ディスコン健遊会
	8	土	歩こう会（会議） ブルメリア（フラダンス）
	9	日	休 館 日
	10	月	すずめクラブ（麻雀） 八重桜（折り紙）
	11	火	虹の会（民舞）
	12	水	沖校区福祉委員会 （いきいきサロン）
	13	木	花水木B（体操） 門真市ディスコン協会
	14	金	
	15	土	スイートビー（大正琴）
	16	日	休 館 日
	17	月	スイートビー（大正琴） 八重桜（折り紙）
	18	火	虹の会（民舞） 睦月（民謡）
第3週	19	水	ディスコン健友会 舟田南楽笑会（百歳体操）
	20	木	花水木A（体操） 門真市ディスコン協会
	21	金	ディスコン健遊会
	22	土	スイートビー（大正琴） ブルメリア（フラダンス）
	23	日	休 館 日
	24	月	休 館 日
第4週	25	火	虹の会（民舞）
	26	水	舟田南楽笑会（百歳体操）
	27	木	花水木B（体操） 門真市ディスコン協会
	28	金	ふるさと会（民謡）
	29	土	舟田南楽笑会（懇親会）
	30	日	休 館 日